

3学年通信

令和5年1月26日（金）

1月20日 合唱部 金賞受賞

1月20日（土）に中信地区合唱コンクールが執り行われました。初出場の松本国際、金賞を受賞しました。本校合唱部は泉先生のご指導のもと4人で練習に励んできました。いよいよ迎えた本番は3人で出場することになり、不安や緊張もありましたが、不安や緊張を感じないほど、堂々と歌いきり練習の成果を存分に発揮してきました。

講評

＼ 金賞受賞 おめでとう!!! ／

一人一人のパートの編成はなかなか難しいですが、ピッチがよく合っていてユニゾンも綺麗です。

カノンの形になっても一人一人の声がよく出ておりハーモニーも崩れることなく、綺麗に流れています。最後までハーモニーを保ち確かに表現できていました。



保健給食委員会 健康週間アンケート

保健給食委員会では、後期健康週間の活動の取り組みとして、全校生徒が健康に過ごすことを目標に、学年で「健康週間アンケート」を実施しました。良い点や課題点の周知をすることで、より健康的な生活習慣の実現を目指しています。

良い点

- ・ 平日休日ともに、7割以上の生徒が7時間以上の睡眠をとっている
- ・ 8割以上の生徒が毎日欠かさずに3食食べている

課題点

- ・ 3割弱の生徒の睡眠時間が7時間を切っている
- ・ 寝る前にスマホを触る生徒が多い



良い点、課題点としてこれらがあげられました。中学生に理想的な睡眠時間は8時間半～9時間と言われています。また、睡眠には「脳や身体の休養」「疲労回復」「免疫機能の増加」「記憶の固定」「感情整理」など多くの重要な役割があります。十分な睡眠時間を確保するだけでなく、眠る前はスマホやゲームをやめ、質の良い睡眠を確保しましょう。

今後の日程

1 月	26	金	○	○	生徒会立候補者訪問	各部指示	16:00(17:05)
	27	土					
	28	日					
	29	月	×	○		18:00	16:00
	30	火	×	×		16:00	16:00
	31	水	×	○		各部指示	15:20(17:00)
2 月	1	木	○	○		各部指示	16:00(17:05)
	2	金	○	○		各部指示	16:00(17:05)
	3	土					
	4	日					
	5	月	×	○	立会演説会・選挙	18:00	16:00
	6	火	×	×		16:00	16:00
	7	水	×	○		各部指示	15:20(17:00)
	8	木	○	○		各部指示	16:00(17:05)
	9	金	○	○		各部指示	15:35(16:45)
	10	土					
	11	日			建国記念の日		
	12	月					
	13	火	×	×	3年身体測定	16:00	16:00
	14	水	×	×	3学期期末テスト	14:40	14:40
15	木						
16	金	×	○	3学期期末テスト	各部指示	14:00(15:00)	
17	土						
18	日						
19	月	×	○	生徒会	18:00	16:00	
20	火	×	×	薬物乱用講座	16:00	16:00	

3学期期末テスト

中学校生活最後の定期テストです。進路が確定した生徒もかなりいますね。高校に進学すると、中学校で学んできたことを基本として、発展的に学習していくことになります。また、今よりも速いペースで学習が進んでいきます。最後まで手を抜かずに勉強に励み、高校生活で良いスタートを切れるよう準備をしましょう。